

**LA IDENTIFICACIÓN DE EMOCIONES EN LOS ADOLESCENTES DE LA  
INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO ROLDÁN BETANCUR: UNA MIRADA  
DESDE EL TEATRO**

**IDENTIFICATION OF EMOTIONS IN ADOLESCENTS AT THE ANTONIO  
ROLDÁN BETANCUR EDUCATIONAL INSTITUTION: A VIEW FROM THE  
THEATER.**

**MARIA PAULA CIFUENTES TIBATÁ  
NICHELLE LUCIA GRENARD PUSEY  
MELISSA LOPEZ SERNA**

**[nichelle.grenardpu@amigo.edu.co](mailto:nichelle.grenardpu@amigo.edu.co), [melissa.lopezse@amigo.edu.co](mailto:melissa.lopezse@amigo.edu.co),  
[maria.cifuentesti@amigo.edu.co](mailto:maria.cifuentesti@amigo.edu.co)**

**ASESOR**

**Daniel Esteban Cardona Lema**

**Facultad de Ciencias Sociales Salud y Bienestar  
Programa de Psicología  
Universidad Católica Luis Amigó**

**2023**

**RESUMEN:**

En el presente artículo se da a conocer información acerca de la influencia que tiene el teatro con respecto a la gestión, identificación y manejo de las emociones en los estudiantes de la institución educativa Antonio Roldán Betancur en Bello, Colombia. De acuerdo a esto, los datos muestran que los problemas de salud mental que más afectan a los estudiantes son la ansiedad y la depresión, como condiciones que merecen ser tenidas en cuenta para el abordaje de la salud mental de los adolescentes. Así los dispositivos dramáticos entran a hacer parte de una propuesta para abordar estos fenómenos desde la salud emocional de los adolescentes.

**Palabras clave:** Salud mental, Adolescentes, Teatro, Emociones, Educación.

**ABSTRACT:**

This article provides information about the influence that theater has on the management, identification and handling of emotions in students at the Antonio Roldán Betancur educational institution in Bello, Colombia. Accordingly, the data show that the mental health problems that most affect students are anxiety and depression, as conditions that deserve to be taken into account in addressing the mental health of adolescents. Thus, dramaturgical devices become part of a proposal to address these phenomena from the emotional health of adolescents.

**Key words:** Mental health, Adolescents, Theater, Emotions, Education.

**INTRODUCCIÓN:**

El presente artículo tiene como objetivo el estudio de la influencia que tiene el teatro para la identificación de emociones en los estudiantes de bachillerato de los grados décimo y once de la institución educativa Antonio Roldán Betancur del municipio de Bello. Esto pretende una revisión acerca de la posibilidad que tiene el teatro de facilitar a los estudiantes de este colegio la expresión de sus emociones y sentimientos.

En la etapa escolar académica de los últimos años de bachillerato los estudiantes transcurren por cambios tanto físicos, sociales y psicológicos. A partir de este momento del ciclo vital se estructuran esquemas de pensamiento sobre sus gustos y pasiones, por lo que se

puede presentar resistencia a la hora de socializar por temor al rechazo. Además se encuentran en una etapa determinante en la elaboración de la imagen de sí mismo. En este periodo sus estrategias de afrontamiento aún se hallan inmaduras, para lo que en el mundo hostil que se presenta en los salones de clase, debe ser primordial para los colegios enseñar herramientas para el manejo de las emociones que desde los dispositivos artísticos como el teatro podrán abordar ya que en la mayoría de los casos, se pueden presentar momentos o situaciones que pueden hacer que las emociones de los adolescentes sean más intensas, difíciles de manejar o manifestar. Es por esto, que se plantea la importancia que los adolescentes aprendan a reconocer y gestionar sus emociones al punto que sean saludables y positivas.

De ahí nace la necesidad de aproximaciones pertinentes en los jóvenes, de las que se desprendan metodologías y espacios que le permitan a esta población prevenir problemas de salud y promover una vida productiva y saludable; por lo que es planteado así el teatro, como un dispositivo interventivo y tramitador en los eventos estresores que se les presentan a los estudiantes en su día a día que afectan su rendimiento y sobre todo su salud mental, además de ser una herramienta que le permitiría a los docentes propiciar vínculos sanos entre sus estudiantes y que disminuya el relacionamiento hostil entre los mismos.

Este artículo resulta pertinente dado a que se encuentra dirigido a la prevalencia de un fenómeno ampliamente estudiado como lo son los trastornos de la salud mental entre estas la depresión y la ansiedad asociados a la alteración emocional, pero que aparentemente sigue incrementándose e instaurándose en edades tempranas donde podría ser más amenazante, ya que como concluyen Fernández et al. (2009) Parece cobrar relevancia la atención a los niveles de sintomatología depresiva y alteración emocional en estudiantes de enseñanzas medias, ya que la detección precoz permitiría poner en marcha una adecuada atención y

reducir la incidencia de estas variables sobre el fracaso académico o cuando menos, mejorar su rendimiento académico. (p. 50)

En términos generales, la salud mental se ha convertido en un tema de suma importancia y es por ello que cada vez más, grandes organizaciones reconocen que de esta depende gran parte de la satisfacción y desarrollo de los seres humanos, incluso repercutiendo en efectos de la calidad y esperanza de vida de cada comunidad. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la salud mental se define como un estado de bienestar en el cual cada individuo desarrolla su potencial, puede afrontar las tensiones de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera, y puede aportar algo a su comunidad (World Health Organization, [WHO] 2013). Así, la salud mental tiene gran relevancia en la revisión del presente artículo porque dará cuenta la forma en cómo los adolescentes están tramitando y manejando sus emociones en situaciones estresantes, en la toma de decisiones y sobre todo en el relacionamiento con los demás.

Esto cobra una importancia vital al interior de las instituciones al momento de implementar estrategias metodológicas en las instituciones que posibiliten la realización de actividades que incluyan dispositivos artísticos como el teatro y otras expresiones dramáticas que permitan que los estudiantes tramiten sus experiencias y resignifican sus experiencias significativas.

En Colombia, las problemáticas asociadas a la salud mental siguen siendo un punto alarmante en las esferas del desarrollo de los jóvenes. Está determinada por factores biopsicosociales que en la actualidad han sido vulnerados, poco atendidos o ignorados y traerá como consecuencia grandes afectaciones en la misma. Lo que se puede evidenciar en diferentes encuestas e investigaciones concluyen que los adolescente son los que más propensos están a sufrir problemas y alteraciones mentales.

Teniendo en cuenta que realmente la salud mental acompañada de educación en salud psicológica es un tema de desconocimiento y de poco acceso pero a su vez de relevancia en la actualidad eso se refleja de alguna u otra forma en los diversos trastornos mentales que pueden padecer los adolescentes hoy en día, por diferentes aspectos de la vida cotidiana, como lo es la ansiedad que prevalece en los entornos estudiantiles. Desde ahí, es necesario considerar nuevas estrategias en las instituciones, por lo que se considera al teatro como un dispositivo apropiado para intervenir en el mejoramiento de algunas problemáticas en la población. Si se lee el artículo *Prevención y tratamiento de los trastornos mentales a través del teatro de Bellavista, et al. (2019)*. En el cual se cita que:

“Cada vez son más las investigaciones centradas en la utilidad de diferentes artes, Como por ejemplo el teatro, con fines terapéuticos, ya que como postula Lorente (2014), “estas permiten dar forma a las emociones y sentimientos, expresarse a través de otros canales de comunicación, experimentar y resolver situaciones que en la realidad resultaría difícil resolver, tomar conciencia del propio cuerpo, ser consciente de las dificultades y potencialidades y también de aprender y mejorar ciertas habilidades y capacidades”.

El teatro podría ser una forma positiva de efectos terapéuticos ya que esta permite a las personas, en este caso a los adolescentes explorar, dar a conocer sus pensamientos, emociones y comportamientos por medio de un personaje, más actores y los espectadores en su momento, este permitiría la resignificación de sus experiencias, sobretodo en contextos de violencia como el que se encuentra en la institución educativa Antonio Roldan Betancur del municipio de Bello, además de transformar su perspectiva frente a su propósito de vida, abriendo nuevos panoramas por los que pueden optar.

El teatro es caracterizado por apoyar la idea de que la actuación puede ayudar a las personas a desarrollar múltiples habilidades para sí mismos: aspectos como la comunicación, manejo y gestión de emociones. Esto se da por medio de espacios seguros, en los cuales hay un apoyo mejorando así, el autoestima, la confianza, empatía, manejo y control de emociones, y capacidad para la resolución de conflictos. Además la utilización del drama y la escritura de guiones, no sólo fortalecerán herramientas escriturales, sino que también les brinda la posibilidad de proyectar y profundizar en el sí mismo y en poner afuera lo que viven y piensan.

Seguido a esto, Motos et. al. (2018) afirman que “Cuando se habla de teatro en la educación se suele distinguir entre teatro y drama. Se entiende por este la actividad en que los participantes están involucrados en un trabajo más espontáneo e improvisado y, por teatro, el actuar en un escenario. Ver y hacer teatro son los dos aspectos complementarios que se han de buscar en la educación artística”.

Por ende, el teatro puede ser un facilitador para los niños niñas y adolescentes en los contextos educativos para identificar, tramitar, trabajar en sus emociones y sobre todo lograr prevenir el apareamiento de trastornos prevalentes como la ansiedad y la depresión. Los actores tienen la oportunidad de explorar y presentar varias emociones en el escenario, y esto ayudaría en el desarrollo de su capacidad emocional, entender sus propios pensamientos y el de los otros. Además, el teatro también podría ser una forma segura y terapéutica de explorar sus emociones que le resultan difíciles. Al momento de colocarse en escena, los actores pueden interpretar situaciones y personajes que les permitan explorar y procesar sus propias emociones, lo que puede ser mejorado para su bienestar emocional.

## **METODOLOGÍA:**

Esta investigación se realizó en el municipio de Bello del departamento de Antioquia, se utilizó como instrumento la entrevista semiestructurada la cual se realizó a un estudiante del grado undécimo del colegio Antonio Roldán Betancur, una docente del área de español, a dos estudiantes de psicología de la Universidad Católica Luis Amigó y finalmente a una persona perteneciente al grupo de Teatro Espontáneo ECKOS. Dichas entrevistas fueron direccionadas a responder la pregunta principal de investigación: ¿Cómo influye el teatro en la identificación de emociones en los estudiantes de bachillerato de la institución educativa Antonio Roldan Betancur del grado undécimo, en el municipio de Bello?

Este artículo fue realizado por medio de la investigación cualitativa esta se centra en un enfoque en el que toma mayor importancia las experiencias, perspectivas y significados que cada persona brinde. La cual según Taylor, S.J. y Bogdan R., (1989) “Se orienta a la producción de datos descriptivos, como son las palabras y los discursos de las personas, quienes los expresan de forma hablada y escrita, además, de la conducta observable”. Es decir, su principal objetivo no está basado en información numérica, sino en la experiencia o emoción de cada participante y en este caso, alumnos de la institución educativa Antonio Roldan Betancur del municipio de Bello.

Dicho lo anterior, se abordó a través del método fenomenológico que según Fuster & Elida (2019):

“Se fundamenta en el estudio de las experiencias de vida, respecto de un suceso, desde la perspectiva del sujeto. Este enfoque asume el análisis de los aspectos más complejos de la vida humana, de aquello que se encuentra más allá de lo cuantificable(..) El objetivo de este enfoque es lograr la comprensión de la experiencia

vivida en su complejidad, esta comprensión busca la toma de conciencia y los significados de dichas experiencias”. (p.202).

Además se realizó recolección de información por medio de la revisión bibliográfica que según Coral, (n.d)

Posibilita realizar un análisis de documentos acerca de un tema que se está rastreando. Presenta la información publicada sobre un tema y plantea una organización de ese material de acuerdo con un punto de vista. Se utiliza para recopilar y comentar la literatura publicada sobre un tema

Lo anterior permitió indagar sobre lo que otros autores han propuesto sobre el teatro espontáneo como un dispositivo interventivo, el teatro como un facilitador de la expresión de emociones, las herramientas de tramitación de emociones en la adolescencia y la salud mental con base en ello y desde el estado del arte se realizó la revisión documental

Esta “es una categoría central y deductiva que se aborda y se propone como estrategia metodológica para el análisis crítico de las dimensiones política, epistemológica y pedagógica de la producción investigativa en evaluación del aprendizaje.” lo que permite abordar de forma integral cada uno de los postulados investigados debido a que este “requiere de un análisis hermenéutico y crítico de su objeto de estudio para la transformación de su significado, de manera que le permita superar la visión de técnica de análisis del conocimiento investigado.” (Guevara, 2016)

Esta estrategia metodológica implica la lectura del marco histórico-cultural, permitiendo realizar un acercamiento al contexto que se planteó investigar.

La investigación tuvo tres momentos que permitieron que se llevará a cabo como ya se describió anteriormente. Se inició con un análisis bibliográfico por medio del estado del arte,



la cual aborda los temas mencionados en la presente investigación. Seguido a esto, se da inicio a la realización de entrevistas semiestructuradas a docentes, estudiantes y un participante del grupo de teatro espontáneo (ECKOS) de la Universidad Católica Luis Amigò. Finalmente, se llevó a cabo la transcripción de las entrevistas realizadas y como tercera fase se planteó una matriz de categorización para identificar de manera rápida las necesidades presentadas.

## **ANÁLISIS DE RESULTADOS**

La salud mental en Colombia sigue siendo una de las problemáticas más alarmantes, ya que esta al estar determinada por factores psicológicos, biológicos y sociales que en la actualidad de sus ciudadanos han sido vulnerados traerá como consecuencia grandes afectaciones en la misma y esto se puede evidenciar en diferentes encuestas e investigaciones que se han realizado:

Según la Encuesta Nacional de Salud Mental (2015) y los últimos estudios de consumo de drogas aplicado a la población general en el año 2019 a universitarios, y en 2016 es estudiantes de colegios; ha permitido identificar que las principales problemáticas en materia de salud mental, encabezadas son la creciente prevalencia de la depresión (aproximadamente 5 % de la población adulta) y de conducta suicida. (Ministerio de Salud y Protección Social [Minsalud] 2021)

Esto es algo alarmante, pues son finalmente los niños, niñas y adolescentes los más afectados con esta problemática, según la encuesta:

En los adolescentes, los trastornos más frecuentes son la ansiedad, fobia social y depresión, el 6,6 % presentó ideación suicida (7,4 % en mujeres y 5,7 % en hombres). En promedio, a los 13 años se inicia el consumo de alcohol y otras sustancias psicoactivas (Minsalud, 2021). La prevalencia de los trastornos mentales sigue aumentando y causando

efectos considerables en la salud de las personas y graves consecuencias socioeconómicas. De esta manera, son necesarios programas de prevención y herramientas de tratamiento innovadores y eficaces, como por ejemplo la utilización del teatro (Bellavista, et al. 2019).

Teniendo en cuenta, los datos fueron reunidos por medio de entrevistas semi estructuradas y por una matriz de resultados en donde se dan a conocer las categorías más importantes, esto con el fin de agrupar la información y corroborar mediante los entrevistados, la información y el contenido del artículo. Las categorías destacadas fueron Teatro, Emociones, Educación, y Salud mental.

### **TEATRO.**

El teatro es una forma de arte en la cual los actores ponen sus emociones sobre un escenario. Se usó este término como categoría para destacar su importancia. Se contempla entonces como este arte logra poner en escena emociones con el fin de saber identificarlas y hace referencia a un espacio que permiten dar forma a las emociones y sentimientos, expresarse a través de otros canales de comunicación, experimentar y resolver situaciones que en la realidad resultaría difícil resolver, tomar conciencia del propio cuerpo, ser consciente de las dificultades y potencialidades y también de aprender y mejorar ciertas habilidades y capacidades. Siguiendo en la misma línea, el teatro también ofrece oportunidades únicas para el crecimiento personal, para compartir experiencias comunes, promover la empatía y la flexibilidad, entre muchos otros beneficios, promoviendo así un cambio positivo en las personas (Faigin & Stein, 2010, p. 2 citado por Bellavista, 2019).

Teniendo en cuenta los testimonios se corrobora la información, como por ejemplo, “Es una implicación increíblemente amplia, el arte como un proceso de encuentro entre la salud y el individuo, incluso en el dolor que hace parte de la salud, ese proceso de salud que es ese intento de la integración y el equilibrio, hace posible ver desde todas las dimensiones el completo abrazo que podemos darle a las situaciones complicadas, porque justamente en el

teatro nos hemos dado cuenta de la sensibilización que es perder un hijo, estar en una situación económica no favorable, el privilegio de ser rico tantas polaridades o encuentros que se dan entre ellos que es capaz de plasmarse ahí en actos, símbolos, cositas pequeñas”. (E1, 2023). El teatro convencional no es el único arte dramático desde donde se pueden observar estos efectos en salud mental; el Teatro Espontáneo es uno de los dispositivos que llama la atención en este análisis. Este es una forma de teatro improvisado en la que los actores crean escenas y diálogos, sin un guión preestablecido. Es una forma de teatro en vivo y en directo que se caracteriza por la creatividad y la espontaneidad de los actores, y con respecto a las emociones que es una parte importante de la comunicación humana, ya que nos permite conectarnos y relacionarnos con los demás teniendo en cuenta los diferentes actores y el público. Cuando las emociones se expresan permiten sostener relaciones interpersonales cada vez más fortalecidas.

Retornando al teatro como un arte clásico, se establece que por medio de este, los jóvenes representan y ponen en escena sus percepciones de la realidad, pues la actuación teatral es tanto simbólica como reflexiva. Las representaciones teatrales son emocionales vívidas y basadas en la experiencia. La práctica teatral propone un espacio físico y, sobre todo, psicológico, en el que los jóvenes pueden reevaluar y vivir la realidad desde sus propias actitudes personales y las de los personajes que representan. (Motos et, al. Citado en Schechner, 1985).

En algunas entrevistas se recolectó información relacionada con la posibilidad que tiene el arte dramático para servir a espacios propios de la realidad de los sujetos, donde quienes lo practican expresan que logran “salirse de su realidad” (E1) que quizás muchas veces no es muy agradable entonces esos espacios como que propician que las personas salgan de su realidad un momento y puedan experimentar otras cosas por medio del arte. Sentir otras cosas fuera de su vida real y eso me parece muy importante también, salirse un

momento de los problemas y de las situaciones que cotidianamente están en nuestra vida, que esos espacios del arte permiten que deje volar la imaginación y se centre en un personaje o en un dibujo.

Por otro lado Motos et. al. (2018) afirman que

“Cuando se habla de teatro en la educación se suele distinguir entre teatro y drama. Se entiende por este la actividad en que los participantes están involucrados en un trabajo más espontáneo e improvisado y, por teatro, el actuar en un escenario. Ver y hacer teatro son los dos aspectos complementarios que se han de buscar en la educación artística”.

De allí que el entrevistado menciona que el teatro le invita siempre a hacerse preguntas como: “¿Que me estoy haciendo, cómo lo expresé? ¿qué necesito? ¿Y cómo quiero estar con eso? La gestión emocional dentro de terapia, el arte terapia siento que es mágico, fue el acompañamiento tan precioso que hacen valor proyectivo por eso”. (E1, 2023) A lo que, por otro lado otro participante en las entrevistas complementa con que este es una buena alternativa para la expresión de emociones: “A mí personalmente no me gusta dibujar, pero si siento que pueda ser una actividad nueva que me permita conocer otras facetas de mí y descubrir a partir del arte quizás hasta porque no me gusta dibujar.” (E2, 2023) Es importante destacar que hay muchas formas de expresar emociones, como llorar, reír, gritar, suspirar, sonreír, abrazar, etc. La expresión de emociones también puede manifestarse a través del lenguaje corporal, como la postura, la gestualidad, el tono de voz y la expresión facial. Además, la expresión de emociones también puede tener beneficios para nuestra salud emocional y bienestar. Al expresar emociones, hay liberación de tensión y estrés.

Por ende el teatro puede ser un facilitador para los niños niñas y adolescentes en los contextos educativos para identificar y tramitar sus emociones y prevenir el apareamiento de la ansiedad como un trastorno prevalente como Vindel, A. C. (2010) expresa que

“Las emociones son reacciones que se desencadenan en tres niveles diferentes: la experiencia emocional, los cambios corporales y la conducta. Dichas reacciones se vivencian como una fuerte conmoción del estado de ánimo (estado afectivo), suelen tener un marcado acento placentero o desagradable y van acompañadas por la percepción de cambios orgánicos, o corporales, a veces muy intensos (experiencia emocional)”. (..) “Las emociones que más se han estudiado son las emociones negativas, llamadas así porque generan una experiencia desagradable” (p.12-13). Es por ello que como dice en el diálogo un entrevistado “en los colegios se puede psico educar desde los mismos estudiantes, pues si es con el arte terapia en los colegios uno encuentra muchachos que son muy habilidosos para estas técnicas de dibujos, o ya sea para la música, se les da muy bien son mi talentosos en esa áreas entonces cómo aprovechar de los que saben mucho de eso tienen mucho conocimiento o les gusta mucho para incentivar eso en los demás y que prueben a ver si es una herramienta que les puede ayudar para expresar emociones, para sentirse mejor”. (E2, 2023)

### **EMOCIONES.**

El teatro, y en general los dispositivos artísticos son elementos en los que se suscitan las emociones, debido a que allí los autores depositan sus sentires, sus vivencias y lo que piensan, es por ello que utilizar herramientas artísticas es consecuente con la promoción del bienestar psicológico debido a sus elementos interventivos en salud mental y por ello se convierte en una herramienta práctica y efectiva para ser utilizada en los salones de clase. Acorde a uno de los testimonios encontrados en las entrevistas aparece que “uno de los beneficios es que digamos que más adelante, cuando ellos [los estudiantes] escriben y son capaces como de expresar lo que sienten”(E5, 2023) refiriéndose a la utilización de dispositivos artísticos en el aula de clase y como estos son eficientes para la apertura de los estudiantes al hablar acerca de sus vivencias y malestares. Lo que tiene relación con lo que puede significar estar en un contexto terapéutico que como menciona en la entrevista “La

terapia es un espacio que permite al consultante expresar sus emociones, inquietudes o problemáticas ante un profesional que tiene dichos conocimientos en cómo darles solución y bienestar al paciente” (E3, 2023)

Es por ello que en contextos educativos donde los estudiantes pasan gran parte de su tiempo es importante que puedan acceder a espacios donde se sientan seguros, que les facilite y promueva la expresión de sus sentimientos, además donde puedan adquirir herramientas para la gestión de emociones ya que como fue mencionado a través de la entrevista “si uno está alegre o triste el cuerpo tiene una postura diferente ante las situaciones, tiene gran influencia en tu estado” (E3, 2023) Es por ello que el teatro adquiere un papel facilitador para expresar a través del cuerpo lo que se siente, ya que allí no solo cobra sentido para encarnar el papel de un personaje, sino que a su vez este es la herramienta que utiliza el actor para transmitir cierta información, comunicar de manera no verbal lo que desea contar a través de sus movimientos, sus gestos y las expresiones que realice, por lo que de ser utilizado en el contexto educativo terminaría influyendo en el desempeño del adolescente.

Sin embargo uno de los obstáculos para la utilización de este dispositivo es la renuencia de los estudiantes a participar en este tipo de actividades debido a que como fue referenciado en la entrevista por una docente, “los adolescentes son en esta época un poco reacios a las obras de teatro, no les gusta salir a participar [...] Les da pena porque en esta época se maneja mucho el bullying y la persona que es capaz de salir, de hablar, de expresarse. La otra, el otro adolescente como que digamos que... un mecanismo de defensa diría yo, es atacar. Lo atacan. Ay, mira, qué ridículo, tampoco. Entonces ellos no salen, aunque les guste. (E5, 2023) Es por ello que hace referencia a que para utilizar dispositivos como el teatro en el aula de clase, es necesario que se aborde de maneras estratégicas que despierten el todo el salón el deseo de participar, como por ejemplo utilizando las máscaras es por ello que es fundamental el papel del docente, el orientador y el apoyo de las instituciones

para que estas estrategias prevalezcan en el tiempo, además del empleo de metodologías que le faciliten al adolescente participar de estas estrategias, además se ha evidenciado que el uso de personajes les permiten transmitir lo que desean expresar pero bajo un personaje que les permite esconder el verdadero rostro de quien expresa. Es por ello que se ha notado mayor interés en realizar obras sobre personajes que son ajenos a sus contextos, como por ejemplo las obras clásicas a representar escenas que en su contexto viven día a día.

Asimismo el teatro además de ser una herramienta para la tramitación de emociones se evidencio que es una estrategia práctica para resignificar sus experiencias, sobretodo en contextos de violencia y conflicto como en el que se encuentra localizado esta institución, es por ello que la utilización de personajes ha facilitado la personificación y tramitación de experiencias que han normalizado en su contexto y además les ha brindado la oportunidad de entender por medio del arte nuevas alternativas que generan esperanza

Es por ello que se propone el teatro, más que como un mecanismo lúdico para aprender desde el hacer, como un elemento preventivo e interventivo en salud mental, ya que la expresión en el teatro es algo que se tramita y se pone en el cuerpo y la palabra, esto muestra como se ha dicho anteriormente, que como fue referido en la entrevista “La relación que tiene las emociones con el cuerpo es de ayudarnos a controlar lo que pasa en nuestro mundo interno pues toda emoción que tu sientas se va ver reflejado en tu cuerpo sea notorio para las personas o solamente la sientas tu internamente entonces las emociones nos ayudan como a regular todo lo que pasa en nuestro mundo interior y que se ve exteriorizado.” (E2, 2023) por lo anterior se puede afirmar que finalmente utilizar este tipo de herramientas va a generar bienestar emocional y va a contribuir a la tramitación de experiencias y a interpretar cómo estas se manifiestan en el cuerpo.

## **EDUCACIÓN.**

El teatro puede considerarse algo inherente al ser humano,

Constituye una herramienta de dinamización social y comunitaria fundamental que permite, a través de la articulación entre el arte dramático y la intervención social, una participación activa de la ciudadanía, despertando en ellos el interés y la inquietud por los problemas que sufre su sociedad, generando ideas, alternativas y posibles soluciones. (Teatro Social Como Herramienta de Participación Ciudadana En El Municipio de Murcia - RES. Revista de Educación Social, 2020)

Continuamente en la sociedad se desempeñan roles, cada quien elige un papel y lo desempeña consciente o inconscientemente, en la educación por ejemplo se percibe el rol del profesor, del popular, del nerd, del deportista, entre otros muchos papeles que se desarrollan en los contextos que habitamos, sin embargo, al traerlo a la conciencia como un dispositivo interventivo desde la educación para tramitar y fomentar el bienestar psicológico se encuentra que a partir de este en los adolescentes se impulsa el desarrollo de las habilidades de comunicación, el fomento de la creatividad, el desarrollo de habilidades sociales, la confianza en sí mismo y se percibe como una metodología innovadora para trabajar lo académico a partir de la experiencia, aspectos que son muy importantes a tener en cuenta, dado que en esta etapa del ciclo vital es relevante acompañar el desarrollo psíquico de los adolescentes: “Me parece que es importante acompañar los procesos emocionales de los adolescentes porque es una etapa de la vida en la que uno se siente disgustado e incomprendido por todo el mundo entonces en ese momento uno quiere ser comprendido, aunque uno en su conciencia diga no, no me importa que nadie me escuche no me importa que nadie me comprenda en el fondo si, se está buscando esa aprobación como buscar el lugar, en ese momento se está tratando de buscar el lugar al que uno pertenece o en el que le guste estar.” (E2, 2023).

Es por ello que resulta imprescindible que la educación, los colegios tengan en cuenta otro tipo de experiencias formativas además de la académica, que le brinden herramientas a su comunidad para gestionar las experiencias adversas que aparecen dentro o fuera de la



institución, es importante que en dichos contextos se pueda crear un ambiente de apoyo, un espacio seguro donde los estudiantes puedan ser alentados a expresar cómo se sienten, lo que les preocupa y que pueda ser acompañado desde la empatía y el respeto por la diversidad, además de propiciar espacios donde se implementen medidas para prevenir el acoso escolar y la violencia dentro de los estudiantes que puede afectar la salud mental de aquellos que son violentados, donde se proporcione recursos y servicios que fomenten la atención y psicoeducación de la misma sobretodo debido a que los estudiantes se encuentran en una etapa de crecimiento y desarrollo que presenta diversas exigencias que repercuten en la configuración del autoconcepto que se está integrando con respecto a esto E3 menciona “Los adolescentes están en plena exploración y en auto conocimiento y digamos que muchas cosas ellos no lo saben y se pueden perder en esos caminos, tomar malas decisiones, las cuales implican mucho al futuro. Entonces, también afectará el nivel emocional y hasta desarrollando un trastorno, es importan psico educarlos sobre cuales son las emociones, cómo se expresan, de qué manera identificar y conocer las emociones, es mejor para guiarlos en su proceso de desarrollo.” (E3, 2023)

Por lo anterior, se distingue la importancia de la expresión personal a través del arte como una herramienta para desarrollar la sensibilidad y la autoconciencia en los estudiantes, este se relaciona con la identificación y gestión de las necesidades y experiencias, incluyendo situaciones de bullying. Además, también puede tener un impacto positivo en el desarrollo personal debido a que el dispositivo del teatro retoma la importancia de la autoexpresión y el autoconocimiento como herramientas para el desarrollo personal y emocional. Esta forma de expresión artística permite explorar y experimentar con diferentes emociones, situaciones y perspectivas.

Al participar en este tipo de actividades, los adolescentes pueden desarrollar habilidades como la comunicación, la creatividad, la empatía, la confianza en sí mismos y la

colaboración con otros, algo que es necesario fomentar en los colegios ya que como menciona uno de los entrevistados al momento de conversar sobre el bullying en las instituciones “lastimosamente en los colegios es donde más se observa discriminación, matoneo, como todo este tipo de cosas hasta drogadicción, entonces me parece que como los jóvenes están en el proceso de desarrollo de conocimiento de otras cosas nuevas, de descubrimiento de sí mismo pues por ese motivo me parece importante que tengan una claridad sobre lo que es saludable para ellos en ese momento de su vida y lo que puede ser provechoso.” ( E2, 2023)

Por lo anterior se puede comprender en los colegios que aparece el bullying como un elemento ambivalente que favorece y afecta la posibilidad de utilizar este tipo de herramientas debido a que como se mencionó anteriormente, hoy en día participar de este tipo de actividades en los salones de clase puede ser un componente propiciador para que los estudiantes se burlen de aquel que encuentra en el medio artístico un disfrute, pero de ser mediado por el docente ya que los adolescentes pueden aprender a comprender y respetar las perspectivas y experiencias de otras personas, lo que puede ser especialmente valioso en un mundo cada vez más diverso y complejo.

El teatro además fomenta de una forma efectiva la expresión oral y la comprensión de la literatura y la historia, ya que muchas obras de teatro están basadas en textos clásicos. Esto tiene que ver con lo que mencionan algunos docentes acerca de realizar obras de teatro sobre la literatura griega, ya que es algo que le llaman más la atención a sus estudiantes que representar contextos de su cotidianidad.

Además, a través del teatro, los adolescentes también pueden desarrollar habilidades sociales y emocionales, como la empatía y la capacidad de ponerse en el lugar de otra persona. Al interpretar personajes y situaciones, asimismo, el teatro puede ser una herramienta efectiva para abordar temas difíciles y sensibles, como la discriminación, el

acoso escolar y la salud mental. Fortalecer el enfoque humano en los colegios y brindar una educación íntegra y no solo enfocado en el cumplimiento satisfactorio de los logros académicos

Por lo anterior, el teatro puede ser una herramienta valiosa para la educación en adolescentes, ya que puede ayudarles a desarrollar habilidades artísticas, sociales, emocionales y cognitivas que les serán útiles a lo largo de sus vidas.

### **SALUD MENTAL.**

Dentro de esta categoría de salud mental surge la subcategoría de “terapia”, estos dos conceptos se interrelacionan porque la salud mental solo se puede tratar y mejorar por medio de la psicoterapia o herramientas en relación a esta. Según R. Bernardi, et.al. (2004):

“La Psicoterapia es el tratamiento, por medios psicológicos, de problemas de naturaleza emocional, en el cual una persona entrenada establece deliberadamente una relación profesional con el paciente con el objeto de: a) eliminar, modificar o retardar síntomas existentes, b) mediatizar patrones de conducta perturbados y c) promover el crecimiento positivo de la personalidad y el desarrollo”.

En el escenario educativo, la salud mental y la terapia han tomado un papel de suma importancia para los estudiantes adolescentes, porque este método ha sido de gran ayuda para que estos de alguna u otra forma logren expresar las emociones y sensaciones que mantienen reprimidas, ya que de acuerdo a lo mencionado por uno de los testimonios “La terapia es como si uno saboreara, es como si uno intentara saber qué ingredientes tiene el postre. Pero no solamente yo soy el que lo prueba, sino que el que yo acompaño es quien prueba. Porque resulta que el postre está hecho con lo que él trae, con quien uno acompaña” (E1, 2023) Partiendo de esta metáfora o ejemplo brindado por este entrevistado, se puede considerar a la terapia como un instrumento que permite nivelar las emociones de las personas en este caso, a los estudiantes adolescentes de la institución educativa Antonio Roldan Betancur.

Como se ha mencionado muchas veces en este artículo, el teatro ha sido un instrumento terapéutico más que todo para esta población que se les ha dificultado expresar sus emociones de una manera espontánea. En este tipo de instrumentos se puede incluir varios métodos artísticos como lo es: el dibujo, las lecturas, las dramatizaciones, entre otros para así, lograr crear un espacio cómodo y seguro para el consultante o el estudiante. El entrevistado 2 menciona y está de acuerdo con que “del dibujo pueden salir cosas muy inconscientes de la persona y uno se da cuenta de eso, sin embargo, me parece que no a todas las personas les puede gustar o no les parecería indicado”, es decir, que este tipo de herramientas depende en muchos casos de la personalidad de cada uno de ellos. En los estudiantes, es normal que estos se presenten resistentes respecto a la espontaneidad del teatro.

En las instituciones educativas el teatro se puede fortalecer mediante muchos métodos, como por ejemplo, dándole la confianza a los estudiantes que son capaces de desarrollar sus habilidades artísticas y que estos ayuden de alguna u otra manera a los otros para la facilitación de su expresividad emocional y el fortalecimiento de su salud mental. Respaldo lo que manifiesta el E2 “el teatro es un espacio en la que la persona que actúa o está en el arte, se puede salir un poco de su realidad que quizás muchas veces no es muy agradable entonces esos espacios son los que propician que las personas salgan de su realidad un momento y puedan experimentar otras cosas por medio del arte”, entonces se podría enfatizar que el teatro y los métodos artísticos permiten a los estudiantes aprovechar estos espacios para expresar y dejar fluir los sentimientos o situaciones que los mantienen agobiados en el ambiente escolar, ambiente familiar y su ambiente personal.

## DISCUSIÓN

Con respecto a lo que se identificó a través de la investigación sobre el uso de dispositivos artísticos en las instituciones, específicamente en los grados de la media académica, se logra aseverar que el teatro presenta una posibilidad innovadora que fomenta en los adolescentes el aprendizaje interactivo, la colaboración, la expresión creativa y a su vez hace parte como herramienta tramitadora, interventora, preventora y promotora de salud mental, este transita a través de la expresión desde el cuerpo, las facies, el lenguaje no verbal y especialmente la adquisición de herramientas que favorezcan la expresión y tramitación de emociones, sin embargo uno de los retos que se presenta para el uso de este dispositivo en la maya curricular es que estas metodologías requieren en muchas ocasiones de la persuasión y acompañamiento por parte del docente para que toda la población pueda disfrutar de la actividad, debido a que dicha población se ha visto reacia a participar de actividades que tengan que ver con exponerse ante un público.

Con respecto a lo anterior, durante la investigación se encontró que el teatro en los adolescentes propicia habilidades sociales como la empatía y la comunicación asertiva ya que en este tipo de espacios se fomenta el trabajo en equipo e invita a sensibilizarse sobre la situación del otro. Sin embargo se ha encontrado que aun en la instituciones los estudiantes que participan de estos dispositivos pueden ser molestados y burlados por el resto de sus compañeros. Este tipo de exposición de los sentimientos y emociones aún generan intimidación, por lo que se recomienda que desde grados más tempranos se practiquen este tipo de metodologías que estimulan la expresión de sus sentimientos. Además se ha hallado que la utilización de máscaras, disfraces y lo que tenga que ver con la caracterización de un personajes que no se vinculen directamente con el contexto que está viviendo el adolescente, sino que pueda ser interpretado desde lo fantasioso o mitológico favorece el interés por la participación en el instrumento.

Sin embargo si se da la apertura para utilizar este mecanismo a partir de las realidades propias que los estudiantes viven día a día, se abre paso a la resignificación de sus experiencias y se impulsa a considerar nuevas expectativas sobre la vida y sus proyectos más esperanzadores.

Por otro lado, se pudo identificar que el componente de salud mental por si solo, debe ser algo que se fortalezca en las instituciones y a lo que se le de mayor importancia directamente, por lo que utilizar herramientas que abarquen componentes académicos y psicológicos es una buena opción para generar espacios seguros en las instituciones que favorezcan el bienestar de los estudiantes.

## **CONCLUSIONES**

Luego de todo lo expuesto y apoyando los objetivos principales de este artículo podemos concluir que el teatro puede tener una influencia positiva en la salud mental y en el reconocimiento de emociones de los estudiantes adolescentes de la institución educativa Antonio Roldan Betancur del municipio de Bello.

Seguido a esto, se pudo evidenciar que los trastornos más frecuentes dentro de esta población ha sido la depresión y la ansiedad causado por las situaciones y vivencias difíciles que enfrentan día a día estos estudiantes. Por ende, el teatro puede ofrecer una forma segura y saludable de expresar emociones difíciles de una manera creativa, también es un medio colaborativo que puede ayudar a los estudiantes a desarrollar habilidades sociales; el trabajar en equipo para producir una obra de teatro puede ayudar a los estudiantes a mejorar su comunicación, colaboración y habilidades para resolver problemas, al trabajar juntos en un proyecto creativo y/o artístico, los estudiantes pueden desarrollar un sentido de comunidad lo que puede mejorar su bienestar emocional.

Continuando con lo anteriormente mencionado, se logra identificar la importancia que debe tener este método artístico en todas las instituciones educativas ya que este recurso puede ser una forma poderosa de aumentar la autoestima, la confianza y las habilidades sociales de los estudiantes, al igual que puede ayudar con el manejo de la gestión y reconocimiento de emociones. Por eso, la salud mental es un aspecto fundamental en las instituciones educativas, ya que el bienestar emocional y psicológico de los estudiantes es esencial para su éxito académico y personal.

## REFERENCIAS

- Alcántara, G. (2008). La definición de salud mental de la organización mundial de la salud y la interdisciplinariedad. *Sapiens*, 9 (1), p.93-107. Recuperado de URL:  
<http://www.redalyc.org/pdf/410/41011135004.pdf>
- Bellavista, c. (2019, septiembre). Prevención y tratamiento de los trastornos mentales a través del teatro: una revisión. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*. Recuperado 22 de septiembre de 2022, de [https://www.revistapcna.com/sites/default/files/1920-3\\_0.pdf](https://www.revistapcna.com/sites/default/files/1920-3_0.pdf)
- Cajigas-Segredo, N, Kahan, E, Luzardo, M, & Ugo, M. (2010). DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DE ENSEÑANZA MEDIA PÚBLICA, SEVERIDAD, GÉNERO Y EDAD. *Ciencias Psicológicas*, IV(2), 149-163. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=459545426003>
- Cano-Vindel, A., & Miguel-Tobal, J. (2001). Emociones y salud. *Ansiedad estrés*, 7(2/3), 111-121.
- Cañas Villada, L.F, Sánchez Usuga, C, & Vélez Estrada, X. (2018). Salud Mental, referida a los rasgos de depresión y ansiedad de adolescentes de la Institución Educativa Federico Ángel [Tesis de Pregrado, Corporación Universitaria Lasallista].  
[http://repository.unilasallista.edu.co/dspace/bitstream/10567/2595/1/SaludMental\\_referida\\_rasgos\\_depresion\\_ansiedad\\_adolescentes.pdf](http://repository.unilasallista.edu.co/dspace/bitstream/10567/2595/1/SaludMental_referida_rasgos_depresion_ansiedad_adolescentes.pdf)
- Chárriez Cordero, M. (2012). Historias de vida: Una metodología de investigación cualitativa. *Griot*, 5(1), 67.  
[https://www.uv.mx/psicologia/files/2017/12/historias\\_de\\_vida\\_una\\_metodologia\\_de\\_investigacion\\_cualitativa.pdf](https://www.uv.mx/psicologia/files/2017/12/historias_de_vida_una_metodologia_de_investigacion_cualitativa.pdf)
- Coral, D. (n.d.). GUÍA PARA HACER UNA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA. In [unbosque.edu.co](https://lpl.unbosque.edu.co).  
<https://lpl.unbosque.edu.co/wp-content/uploads/09-Guia-Revisio%CC%81n-bibliografica.pdf>



Departamento Administrativo Nacional de Estadística. (2021). Salud mental en Colombia: un análisis de los efectos de la pandemia.

<https://ascofapsi.org.co/pdf/Noticias/Estad%C3%ADstica%20de%20Salud%20mental%20en%20Colombia-%20pandemia%202021%20.pdf>

Fernández-Castillo, A, & Gutiérrez Rojas, M.E. (2009). Atención selectiva, ansiedad, sintomatología depresiva y rendimiento académico en adolescentes. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 7(1), 49-76.

<https://www.redalyc.org/pdf/2931/293121936004.pdf>

Fuster Guillen, Doris Elida. (2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. *Propósitos y Representaciones*, 7(1), 201-229.

<https://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n1.267>

Guevara, R. (2016). El estado del arte en la investigación: ¿ análisis de los conocimientos acumulados o indagación por nuevos sentidos? *Folios*,(44), 165-179.

Liñan & Villarrasa (s.f.). La importancia del teatro y la dramatización en educación infantil.

Mesías, O. (2010). La investigación cualitativa. *Universidad Central de Venezuela*, 38.

Motos-Teruel, T., & Benlliure, V. A. (2018). Beneficios de hacer teatro en el desarrollo positivo en adolescentes de Valencia. *Revista de investigación en educación*, 16(1), 34-50.

Navarro (2013). Teatro para el cambio: nuevos enfoques del teatro en la educación.

Nitsche R. (s.f) Teatro playback aplicado para la educación emocional de niños y niñas en la escuela

Papalia, D. E., Feldman, R. D., Martorell, G., Berber Morán, E., & Vázquez Herrera, M. (2012). *Desarrollo humano* (12a ed.). México, D. F.: McGraw-Hill Interamericana.

Rodríguez, P. (2009). EMOCIONES NEGATIVAS Y SU IMPACTO EN LA SALUD

MENTAL Y FÍSICA. Redalyc. Recuperado 7 de octubre de 2022, de

<https://www.redalyc.org/pdf/1342/134213131007.pdf>

Sánchez (s.f). El teatro y la pedagogía en la historia de la educación. IES Abastos, Valencia

Taylor, S. y R.C. Bogdan (1989). Introducción a los métodos cualitativos de investigación.

Paidós, Barcelona.

Uribe Ortega, M. (s. f.). PERFILES EDUCATIVOS centro de estudios sobre la universidad /

UNAM EL DESARROLLO DEL PENSAMIENTO FORMAL y LA DOCENCIA

UNIVERSITARIA. Redalyc. <https://www.redalyc.org/pdf/132/13206009.pdf>

Vindel, A. C. (2010). Ansiedad, estrés, emociones negativas y salud. Atrapados por el estrés

Teatro social como herramienta de participación ciudadana en el municipio de Murcia - RES.

Revista de Educación Social. (2020, November 22). RES. Revista de Educación Social.

<https://eduso.net/res/revista/31/el-tema-experiencias/teatro-social-como-herramienta-de-participacion-ciudadana-en-el-municipio-de-murcia#:~:text=Augusto%20Boal%2C%20dramaturgo%2C%20director%20y,en%20parte%20activa%20del%20espect%C3%A1culo.>

o%2C%20director%20y,en%20parte%20activa%20del%20espect%C3%A1culo.